令和８年度　就職支援セミナー予定表（10月～3月）

		【徳島市1】	【小松島市】	【三好市】	【美馬市】	【阿南市】	【吉野川市】	【鳴門市】	【牟岐町】	【徳島市2】
10月	開催日	13日（火）	2日（金）		16日（金）	5日（月）	21日（水）	19日（月）		27日（火）
	午 前	応募書類対策（講義） 10:30 ～ 12:00				面接対策・マナー（講義） 10:30 ～ 12:00		就職準備・自己分析 10:30 ～ 12:00		
	午 後	応募書類対策（演習） 13:30 ～ 15:00				面接対策・マナー（演習） 13:30 ～ 15:00		自己理解・自己表現法 13:30 ～ 15:00		

		【徳島市1】	【小松島市】	【三好市】	【美馬市】	【阿南市】	【吉野川市】	【鳴門市】	【牟岐町】	【徳島市2】
11月	開催日	10日（火）		9日（月）	20日（金）	2日（月）	18日（水）	16日（月）	11日（水）	24日（火）
	午 前	面接対策・マナー（講義） 10:30 ～ 12:00				就職準備・自己分析 10:30 ～ 12:00		応募書類対策（講義） 10:30 ～ 12:00		
	午 後	面接対策・マナー（演習） 13:30 ～ 15:00				自己理解・自己表現法 13:30 ～ 15:00		応募書類対策（演習） 13:30 ～ 15:00		

		【徳島市1】	【小松島市】	【三好市】	【美馬市】	【阿南市】	【吉野川市】	【鳴門市】	【牟岐町】	【徳島市2】
12月	開催日	8日（火）	4日（金）			7日（月）	16日（水）	21日（月）		22日（火）
	午 前	就職準備・自己分析 10:30 ～ 12:00			応募書類対策（講義） 10:30 ～ 12:00			面接対策・マナー（講義） 10:30 ～ 12:00		
	午 後	自己理解・自己表現法 13:30 ～ 15:00			応募書類対策（演習） 13:30 ～ 15:00			面接対策・マナー（演習） 13:30 ～ 15:00		

		【徳島市1】	【小松島市】	【三好市】	【美馬市】	【阿南市】	【吉野川市】	【鳴門市】	【牟岐町】	【徳島市2】
1月	開催日	12日（火）		8日（金）	15日（金）	4日（月）	20日（水）	18日（月）	13日（水）	26日（火）
	午 前	応募書類対策（講義） 10:30 ～ 12:00			就職準備 ・自己分析 10:30 ～ 12:00	面接対策・マナー（講義） 10:30 ～ 12:00		就職準備・自己分析 10:30 ～ 12:00		
	午 後	応募書類対策（演習） 13:30 ～ 15:00			自己理解 ・自己表現法 13:30 ～ 15:00	面接対策・マナー（演習） 13:30 ～ 15:00		自己理解・自己表現法 13:30 ～ 15:00		

		【徳島市1】	【小松島市】	【三好市】	【美馬市】	【阿南市】	【吉野川市】	【鳴門市】	【牟岐町】	【徳島市2】
2月	開催日	9日（火）	5日（金）		19日（金）	1日（月）	17日（水）	15日（月）		24日（水）
	午 前	面接対策・マナー（講義） 10:30 ～ 12:00			応募書類対策 （講義） 10:30 ～ 12:00	就職準備・自己分析 10:30 ～ 12:00		応募書類対策（講義） 10:30 ～ 12:00		
	午 後	面接対策・マナー（演習） 13:30 ～ 15:00			応募書類対策 （演習） 13:30 ～ 15:00	自己理解・自己表現法 13:30 ～ 15:00		応募書類対策（演習） 13:30 ～ 15:00		

		【徳島市1】	【小松島市】	【三好市】	【美馬市】	【阿南市】	【吉野川市】	【鳴門市】	【牟岐町】	【徳島市2】
3月	開催日	9日（火）		8日（月）	19日（金）	1日（月）	17日（水）	15日（月）	10日（水）	23日（火）
	午 前	就職準備・自己分析 10:30 ～ 12:00			面接対策 ・マナー（講義） 10:30 ～ 12:00	応募書類対策（講義） 10:30 ～ 12:00		面接対策・マナー（講義） 10:30 ～ 12:00		
	午 後	自己理解・自己表現法 13:30 ～ 15:00			面接対策 ・マナー（演習） 13:30 ～ 15:00	応募書類対策（演習） 13:30 ～ 15:00		面接対策・マナー（演習） 13:30 ～ 15:00		

会　　場

□	徳 島 市 1	ハローワーク徳　島　3階大会議室	徳島市出来島本町１－５	088-622-6305
□	徳 島 市 2	ハローワーク徳　島　3階大会議室	徳島市出来島本町１－５	088-622-6305
□	小 松 島 市	ハローワーク小松島　会議室	小松島市小松島町外開１－１１	0885-32-3344
□	三　好　市	ハローワーク三　好　会議室	三好市池田町マチ2429-10	0883-72-1221
□	美　馬　市	ハローワーク美　馬　会議室	美馬市脇町大字猪尻字東分5	0883-52-8609
□	阿　南　市	ハローワーク阿　南　会議室	阿南市領家町本荘ヶ内１２０－６	0884-22-2016
□	吉 野 川 市	ハローワーク吉野川　会議室	吉野川市鴨島町鴨島388-27	0883-24-2166
□	鳴　門　市	ハローワーク鳴　門　会議室	鳴門市撫養町南浜字権現12	088-685-2270
□	牟　岐　町	ハローワーク牟　岐　会議室	海部郡牟岐町大字中村字本村52-1	0884-72-1103

～　カリキュラムの内容と実施時期　～

（令和8年10月～令和9年3月実施分）

午前のコース

A　応募書類対策（講義）　（10:30～12:00　90分）

内　　容	目　　的	実 施 時 期	
応募書類の作成	・現状について(徳島県における求人倍率)	徳 島1	10月・1月
	・応募書類の種類と目的を理解する	小松島	10月
	・履歴書のポイントを理解する	三　好	1月
	・スキルシート（仕事の棚卸し）について	美　馬	10月・2月
	・職務経歴書作成のポイントを理解する	阿　南	12月・3月
	・添え状・送付封筒作成のポイントを理解する	吉野川	12月・3月
		鳴　門	11月・2月
		牟　岐	11月
		徳 島2	11月・2月

B　面接対策・マナー（講義）　（10:30～12:00　90分）

内　　容	目　　的	実 施 時 期	
面接の目的	・現状について(徳島県における求人倍率)	徳 島1	11月・2月
	・面接の目的	小松島	2月
面接のポイント	・第一印象の重要性を理解する	三　好	11月
	・質疑応答のポイントを理解する	美　馬	11月・3月
面接マナー	・電話のかけ方	阿　南	10月・1月
	・席次	吉野川	10月・1月
	・礼状（面接後）	鳴　門	12月・3月
		牟　岐	3月
		徳 島2	12月・3月

C　就職準備・自己分析（講義＋ワーク）　（10:30～12:00　90分）

内　　容	目　　的	実 施 時 期	
	・現状について(徳島県における求人倍率)	徳 島1	12月・3月
求職活動の準備	・就職までの行動計画を作成	小松島	12月
	・働き方の条件整理	三　好	3月
求人情報の収集	・求人情報収集の方法	美　馬	1月
自己分析	・キャリアプランニング	阿　南	11月・2月
	・仕事の棚卸しから強み（長所）、弱み（短所）の再発見	吉野川	11月・2月
		鳴　門	10月・1月
		牟　岐	1月
		徳 島2	10月・1月

午後のコース

D　応募書類対策（演習）　（13:30～15:00　90分）

内　　容	目　　的	実　施　時　期	
応募書類の作成	・現状について(徳島県における求人倍率)	徳 島1	10月・1月
	・応募書類作成のポイントを理解する	小松島	10月
	・履歴書のポイントを理解する	三　好	1月
	・スキルシート（仕事の棚卸し）について	美　馬	10月・2月
	・職務経歴書作成のポイントを理解する	阿　南	12月・3月
	・添え状・返信用封筒作成のポイントを理解する	吉野川	12月・3月
	（演習）履歴書作成	鳴　門	11月・2月
		牟　岐	11月
		徳 島2	11月・2月

E　面接対策・マナー（演習）　（13:30～15:00　90分）

内　　容	目　　的	実　施　時　期	
模擬面接	・現状について(徳島県における求人倍率)	徳 島1	11月・2月
	・質疑応答のポイントを知る	小松島	2月
	・質疑応答の検討	三　好	11月
	・入退室のポイントを知る	美　馬	11月・3月
	（演習）模擬面接	阿　南	10月・1月
	・模擬面接の実施と振り返り	吉野川	10月・1月
		鳴　門	12月・3月
		牟　岐	3月
		徳 島2	12月・3月

F　自己理解・自己表現法（講義＋演習）　（13:30～15:00　90分）

内　　容	目　　的	実　施　時　期	
自己理解	・現状について(徳島県における求人倍率)	徳 島1	12月・3月
	・長所、短所について	小松島	12月
	（演習）アセスメント実施	三　好	3月
		美　馬	1月
自己表現法	・話し方、聴き方のポイントを知る	阿　南	11月・2月
	・グループワークによる自己表現練習	吉野川	11月・2月
	（演習）自己紹介(自己PR)の演習・観察	鳴　門	10月・1月
		牟　岐	1月
		徳 島2	10月・1月

▶ 県内どの会場でも、受講いただけます。（ただし、定員の範囲内で先着順です）

▶ 受講お申し込みは、最寄りの各ハローワークで承ります。

ハローワーク徳　島	徳島市出来島本町1－5	TEL 088－622－6305
ハローワーク小松島	小松島市小松島町外開1－11	TEL 0885－32－3344
ハローワーク三　好	三好市池田町マチ2429－10	TEL 0883－72－1221
ハローワーク美　馬	美馬市脇町大字猪尻字東分5	TEL 0883－52－8609
ハローワーク阿　南	阿南市領家町本荘ヶ内120－6	TEL 0884－22－2016
ハローワーク吉野川	吉野川市鴨島町鴨島388－27	TEL 0883－24－2166
ハローワーク鳴　門	鳴門市撫養町南浜字権現12	TEL 088－685－2270
ハローワーク牟　岐	海部郡牟岐町大字中村字本村52－1	TEL 0884－72－1103